**2. Программа «Легкое дыхание»**

|  |  |
| --- | --- |
|

|  |
| --- |
| Для кого эта программа |

 |
| Для восстановления после перенесенной инфекции COVID-19, после заболеваний органов дыхания.Подходит пациентам, ведущим малоподвижный образ жизни или при сидячей работе, при стрессах, хронической усталости и нарушениях сна. |
| Ожидаемый оздоровительный эффект |
| * Санация очагов хронической инфекции,   активизация неспецефических факторов защиты,
* тренировка дыхательной системы,
* улучшение газообмена, вентиляции и дренажной функции легких,
* насыщение крови кислородом,
* активизация кровообращения,
* повышение активности антиоксидантной системы,
* улучшение состояния дыхательной мускулатуры,
* снятие бронхоспазмов,
* антистрессовый и релаксирующий эффекты.
 |
| Количество процедур |
|    Осмотр врача-терапевта — 1       Общие ванны — 5   Галокамера — 5   Вибрационно-вакуумный массаж — 5   Ингаляции — 5   Лечебная гимнастика — 5   Оздоровительное плавание в бассейне — 5 |

**Правила отпуска процедур**

В день заезда в санаторий лечащий врач проводит консультацию, собирает анамнез и определяет план оздоровительного лечения.

В этот день доступны процедуры: бассейн, терренкур.

**Обратите внимание!**

*Программа представлена для ознакомления, возможны ее корректировки.*

*Перечень и количество процедур определяет только лечащий врач в санатории после изучения анамнеза на основании показаний и противопоказаний пациента.*

*Противопоказанием к посещению бассейна и принятию водных процедур является наличие грибковых заболеваний.*

**Важно!**

Для заселения в санаторий, кроме основных документов, необходимо предоставить справку или отметку в пакете документов об отсутствии контактов с больными COVID-19 в течение предшествующих 14 дней.

Срок действия такой справки — не более 3 (трех) дней до даты заезда в санаторий. Получить ее можно в поликлинике по месту жительства.